ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫ ॥ ਦੂਖ ਰੋਗ ਭਏ ਗਤੁ ਤਨ ਤੇ ਮਨੁ ਨਿਰਮਲੁ ਹਰਿ ਹਰਿ ਗੁਣ ਗਾਇ ॥ ਭਏ ਅਨੰਦ ਮਿਲਿ ਸਾਧੂ ਸੰਗਿ ਅਬ ਮੇਰਾ ਮਨੁ ਕਤ ਹੀ ਨ ਜਾਇ ॥ ੧॥ ਤਪਤਿ ਬੁਝੀ ਗੁਰ ਸਬਦੀ ਮਾਇ ॥ ਬਿਨਸਿ ਗਇਓ ਤਾਪ ਸਭ ਸਹਸਾ ਗੁਰੁ ਸੀਤਲੁ ਮਿਲਿਓ ਸਹਜਿ ਸੁਭਾਇ ॥ ੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਧਾਵਤ ਰਹੇ ਏਕੁ ਇਕੁ ਬੂਝਿਆ ਆਇ ਬਸੇ ਅਬ ਨਿਹਚਲੁ ਥਾਇ ॥ ਜਗਤੁ ਉਧਾਰਨ ਸੰਤ ਤੁਮਾਰੇ ਦਰਸਨੁ ਪੇਖਤ ਰਹੇ ਅਘਾਇ ॥੨॥ ਜਨਮ ਦੋਖ ਪਰੇ ਮੇਰੇ ਪਾਛੈ ਅਬ ਪਕਰੇ ਨਿਹਚਲੁ ਸਾਧੂ ਪਾਇ ॥ ਸਹਜ ਧੁਨਿ ਗਾਵੈ ਮੰਗਲ ਮਨੂਆ ਅਬ ਤਾ ਕਉ ਫੁਨਿ ਕਾਲੁ ਨ ਖਾਇ ॥੩॥ ਕਰਨ ਕਾਰਨ ਸਮਰਥ ਹਮਾਰੇ ਸੁਖਦਾਈ ਮੇਰੇ ਹਰਿ ਹਰਿ ਰਾਇ ॥ ਨਾਮੁ ਤੇਰਾ ਜਪਿ ਜੀਵੈ ਨਾਨਕੁ ਓਤਿ ਪੋਤਿ ਮੇਰੈ ਸੰਗਿ ਸਹਾਇ ॥੪॥੯॥ ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫ ॥ {ਪੰਨਾ 373}

ਪਦਅਰਥ:- ਭਏ ਗਤੁ—ਚਲੇ ਗਏ, ਦੂਰ ਹੋ ਗਏ। ਤੇ—ਤੋਂ। ਗਾਇ—ਗਾ ਕੇ। ਮਿਲਿ—ਮਿਲ ਕੇ। ਸਾਧੂ ਸੰਗਿ—ਗੁਰੂ ਦੀ ਸੰਗਤਿ ਵਿਚ। ਕਤ ਹੀ—ਕਿਤੇ ਭੀ।1।

ਤਪਤਿ—ਤਪਸ਼, ਸੜਨ। ਮਾਇ—ਹੇ ਮਾਂ! ਸਹਸਾ—ਸਹਮ। ਸੀਤਲੁ—ਠੰਢ ਪਾਣ ਵਾਲਾ। ਸਹਜਿ—ਆਤਮਕ ਅਡੋਲਤਾ ਵਿਚ। ਸੁਭਾਇ—ਪ੍ਰੇਮ ਵਿਚ।1। ਰਹਾਉ।

ਧਾਵਤ—ਦੌੜਨਾ-ਭੱਜਣਾ। ਰਹੇ—ਮੁੱਕ ਗਏ। ਥਾਇ—ਟਿਕਾਣੇ ਤੇ। ਨਿਹਚਲੁ—ਅਡੋਲ-ਚਿੱਤ ਹੋ ਕੇ। ਰਹੇ ਅਘਾਇ—ਰੱਜ ਗਏ, ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਮੁੱਕ ਗਈ।2।

ਦੋਖ—ਐਬ। ਪਰੇ ਪਾਛੈ—ਪਿੱਛੇ ਰਹਿ ਗਏ ਹਨ, ਖ਼ਲਾਸੀ ਕਰ ਗਏ ਹਨ। ਪਾਇ—ਪੈਰ।

ਸਹਜ ਧੁਨਿ—ਆਤਮਕ ਅਡੋਲਤਾ ਦੀ ਸੁਰ ਨਾਲ। ਮੰਗਲ—ਸਿਫ਼ਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਦੇ ਗੀਤ। ਤਾ ਤਉ—ਉਸ (ਮਨ) ਨੂੰ। ਫੁਨਿ—ਫਿਰ, ਮੁੜ। ਕਾਲੁ—ਆਤਮਕ ਮੌਤ।3।

ਕਰਨ ਕਾਰਨ ਸਮਰਥ—ਸਭ ਕੁਝ ਕਰਨ ਤੇ ਕਰਾਣ ਦੀ ਤਾਕਤ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ! ਹਰਿ ਰਾਇ—ਪ੍ਰਭੂ-ਪਾਤਿਸ਼ਾਹ! ਜੀਵੈ—ਜੀਊਂਦਾ ਹੈ, ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਹਾਸਲ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਓਤਿ—ਉਣੇ ਹੋਏ ਵਿਚ। ਪੋਤਿ—ਪ੍ਰੋਤੇ ਹੋਏ ਵਿਚ। ਓਤਿ ਪੋਤਿ—ਜਿਵੇਂ ਤਾਣੇ ਪੇਟੇ ਵਿਚ। ਸੰਗਿ—ਨਾਲ। ਸਹਾਇ—ਸਹਾਈ, ਸਾਥੀ।4।

ਅਰਥ:- ਹੇ ਮਾਂ! ਗੁਰੂ ਦੇ ਸਬਦ ਦੀ ਬਰਕਤਿ ਨਾਲ (ਮੇਰੇ ਅੰਦਰੋਂ ਵਿਕਾਰਾਂ ਦੀ) ਸੜਨ ਮਿਟ ਗਈ ਹੈ। ਮੇਰੇ ਸਾਰੇ ਦੁੱਖ ਕਲੇਸ਼ ਤੇ ਸਹਮ ਨਾਸ ਹੋ ਗਏ ਹਨ। ਆਤਮਕ ਠੰਡ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਗੁਰੂ ਮੈਨੂੰ ਮਿਲ ਪਿਆ ਹੈ। ਹੁਣ ਮੈਂ ਆਤਮਕ ਅਡੋਲਤਾ ਵਿਚ ਟਿਕਿਆ ਹੋਇਆ ਹਾਂ, ਹੁਣ ਮੈਂ ਪ੍ਰਭੂ-ਪ੍ਰੇਮ ਵਿਚ ਮਗਨ ਹਾਂ।1। ਰਹਾਉ।

(ਹੇ ਮਾਂ!) ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਦੇ ਗੀਤ ਗਾ ਗਾ ਕੇ ਮੇਰਾ ਮਨ ਪਵਿੱਤਰ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ, ਮੇਰੇ ਸਰੀਰ ਤੋਂ ਸਾਰੇ ਦੁੱਖ ਤੇ ਰੋਗ ਦੂਰ ਹੋ ਗਏ ਹਨ। ਗੁਰੂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਵਿਚ ਮਿਲ ਕੇ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਆਨੰਦ ਹੀ ਆਨੰਦ ਬਣਿਆ ਪਿਆ ਹੈ। ਹੁਣ ਮੇਰਾ ਮਨ ਕਿਸੇ ਭੀ ਪਾਸੇ ਨਹੀਂ ਭਟਕਦਾ।1।

(ਹੇ ਮਾਂ!) ਜਦੋਂ ਦੀ ਮੈਂ ਸਿਰਫ਼ ਇਕ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਸਾਂਝ ਪਾਈ ਹੈ ਮੇਰੀਆਂ ਸਾਰੀਆ ਭਟਕਣਾਂ ਮੁੱਕ ਗਈਆਂ ਹਨ, ਹੁਣ ਮੈਂ ਅਡੋਲ-ਚਿੱਤ ਹੋ ਕੇ ਪ੍ਰਭੂ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਆ ਟਿਕਿਆ ਹਾਂ।

(ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ!) ਸਾਰੇ ਸੰਸਾਰ ਨੂੰ ਵਿਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾਣ ਵਾਲੇ ਤੇਰੇ ਸੰਤ ਜਨਾਂ ਦਾ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰ ਕੇ ਮੇਰੀ ਸਾਰੀ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਮੁੱਕ ਗਈ ਹੈ।2।

(ਹੇ ਮਾਂ!) ਹੁਣ ਮੈਂ ਅਡੋਲ-ਚਿੱਤ ਹੋ ਕੇ ਗੁਰੂ ਦੇ ਪੈਰ ਫੜ ਲਏ ਹਨ, ਮੇਰੇ ਅਨੇਕਾਂ ਜਨਮਾਂ ਦੇ ਪਾਪ ਮੇਰੀ ਖ਼ਲਾਸੀ ਕਰ

ਗਏ ਹਨ। ਮੇਰਾ ਮਨ ਆਤਮਕ ਅਡੋਲਤਾ ਦੀ ਸੁਰ ਵਿਚ ਸਿਫ਼ਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਦੇ ਗੀਤ ਗਾਂਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਹੁਣ ਇਸ ਮਨ ਨੂੰ ਕਦੇ ਆਤਮਕ ਮੌਤ ਹੜੱਪ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ।3।

ਹੇ ਮੇਰੇ ਪ੍ਰਭੂ ਪਾਤਸ਼ਾਹ! ਹੇ ਸੁਖਾਂ ਦੇ ਬਖ਼ਸ਼ਣ ਵਾਲੇ! ਹੇ ਸਭ ਕੁਝ ਕਰਨ ਤੇ ਕਰਾਣ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ! (ਤੇਰਾ ਦਾਸ) ਨਾਨਕ ਤੇਰਾ ਨਾਮ ਯਾਦ ਕਰ ਕਰ ਕੇ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਹਾਸਲ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤੂੰ ਮੇਰੇ ਨਾਲ (ਇਉਂ ਹਰ ਵੇਲੇ ਦਾ) ਸਾਥੀ ਹੈਂ, (ਜਿਵੇਂ) ਤਾਣੇ ਪੇਟੇ ਵਿਚ (ਸੂਤਰ ਮਿਲਿਆ ਹੋਇਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ)।4।9।